

## COMMENT FAIRE POUR ARRÊTER UNE FOIS POUR TOUTE?

---

Par **Profil supprimé** Posté le 13/01/2014 à 15h43

j'ai déjà fais 2 cures et depuis qqes semaines ,je me suis remit à boire !!! je veux arrêter mais c'est plus fort que moi....

### 1 RÉPONSE

---

**Profil supprimé** - 14/01/2014 à 18h31

Bonjour system,

chaque cure a un bénéfice, la rechute doit être une réflexion sur le fait que nous sommes malades du produit alcool. Je te propose de refaire une cure. Si la dernière que tu as faites est très récente consulte régulièrement (une fois par semaine ou tout les quinze jours) un addictologue ou psycho en addictologie.

Et surtout va en association au minimum tout les quinze jours,-À VIE- il en existe plusieurs tel que "espoir amitiés, "vie libre", "alcoolique anonymes".....tu peut te renseigner chez <http://al-anon-alateen.fr>.

Je suis alcoolique abstinent total depuis 7 ans et ai bu abusivement pendant plus de trente cinq ans. j'ai fait 2 cures ce n'est qu'a la deuxième que j'ai pris conscience, alors n'abandonne pas, parfois il faut 3/4...cure pour avoir le déclic.

Bon courage  
Hervé

---